



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

#### 1. Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

En cada una de las actividades realizadas pude sentir calma conmigo misma y orgullo porque estoy tomándome un tiempo para mí, algo que ha sido complicado en los últimos 2 años de mi vida.

Con respecto a las actividades realizadas en el centro escolar, pude experimentar lo siguiente:

- Alegría: Al ver a los estudiantes participando activamente en las actividades, expresando sus emociones y mostrando interés en su propio bienestar emocional.
- Gratificación: Al observar el progreso de los estudiantes en el manejo de sus emociones, la mejora en su comunicación y relaciones interpersonales, y el desarrollo de habilidades para la resolución de conflictos.
- Preocupación: Al identificar a estudiantes que pueden estar experimentando dificultades emocionales o problemas de comportamiento, y la necesidad de brindarles apoyo adicional para ayudarles a superar esas dificultades.

#### 2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Me doy cuenta de que me acepto tal cual soy, me agrada la persona que soy y estoy orgullosa de haberme convertido en la persona que soy ahora. Estoy en un proceso de autenticidad que me permite vivir de manera más plena y satisfactoria.

#### 3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Sí, considero que lo hice porque confío en el potencial de los estudiantes para crecer y desarrollarse emocionalmente, y en la capacidad de las actividades socioemocionales para impactar positivamente en su bienestar a largo plazo y de forma académica.

#### 4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Todas las actividades descritas y propuestas en el manual me parecen interesantes y funcionales; me gustó mi proyecto y los proyectos de mis compañeros; es fructífero compartir con cada uno y darnos cuenta de que no solo los estudiantes requieren sentirse plenos y satisfechos consigo mismos, sino también nosotros como docentes trabajar nuestras emociones y tener una responsabilidad afectiva con nosotros mismos para dar mejores resultados en el aula y en todas las áreas en las que nos desarrollemos.

1. En la primer imagen se muestra a los estudiantes elaborando la máscara de las emociones.



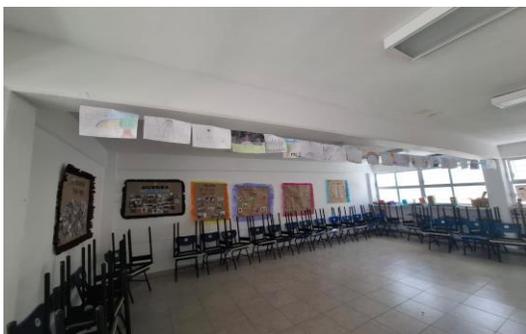
2. En esta imagen se muestra a los estudiantes leyendo las frases o palabras negativas que les marcaron su infancia y que les generó un sentimiento negativo sobre su persona.



3. En esta imagen se muestran los estudiantes compartiendo su experiencia al leer o ser leídas sus máscaras y las emociones o sentimientos generadas ante ello.



4. Enseguida, los estudiantes plasmaron su sentir en ese momento con respecto a la música de fondo y proyectaron/dibujaron sus emociones a través de un dibujo, teniendo como producto un “tendedero emocional”.



## RÚBRICA PTP M1

Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades.				X	
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.				X	
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.				X	
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	